

Lattoferrina la molecola dalle incredibili proprietà.

La lattoferrina è una piccola molecola presente nel latte materno di tutti i mammiferi, una molecola piccola ma importantissima perché protegge il neonato e lo aiuta nell'assorbimento di nutrienti essenziali.

Ma è importante solo nel neonato?

In realtà questa molecola resta importante nell'intera vita di un essere umano e le sue proprietà sono venute alla ribalta grazie ad uno studio italiano che la indicava come una sostanza protettiva verso il Covid-19. L'uso di 200 mg anche più volte al giorno avrebbe ridotto la durata della malattia e nessuno dei soggetti che l'assumeva è stato ospedalizzato (1).



Inoltre la lattoferrina è prodotta in minor misura nell'anziano che è proprio il soggetto fragile, più a rischio di avere forme gravi di Covid.

Questo studio è stato poi

criticato se però andiamo a studiare tutte le ricerche su questa molecola ci rendiamo conto che ha numerose proprietà e che, se non è la panacea universale, comunque aiuterebbe l'organismo nel corso di infezioni, covid compreso, grazie alle sue numerose proprietà.

Numerosi fattori nocivi che colpiscono il corpo umano dalla nascita alla vecchiaia causano molti disturbi e portano allo sviluppo di molte malattie, tra cui il cancro. Tra i fattori che portano a processi patologici, sono stati descritti microbi, virus, disregolazione genica e disturbi del sistema immunitario. La Lattotferrina è una molecola chiave nel sistema di difesa del nostro organismo ed è secreta da ghiandole esocrine e neutrofili (cellule chiave nella difesa di virus e batteri) e gioca un ruolo chiave nella protezione delle cellule durante tutte le fasi della vita. In particolare ha azione batteriostatica (cioè rende difficile la moltiplicazione dei batteri) grazie alla sottrazione di elementi nutritivi per loro importanti. Agisce sia sui Gram + che sui Gram – (un modo di classificare i batteri in base a una colorazione di laboratorio) interferendo con la loro parete batterica e provocandone la morte. L'azione antivirale non è ancora compresa del tutto ma sembra in grado di bloccare l'interazione fra virus e recettore cellulare impedendo così al virus di entrare nelle cellule e potersi così moltiplicare.

HA azione antifungina e in particolare anti-candida un fungo/lievito molto diffuso nel nostro intestino e che spesso si moltiplica creando problemi dopo terapie

antibiotiche; per questo potrebbe essere utile l'utilizzo di probiotici associati alla lattoferrina durante una terapia di questo tipo, sia per l'effetto anti-candida, sia per l'effetto antimicrobico.

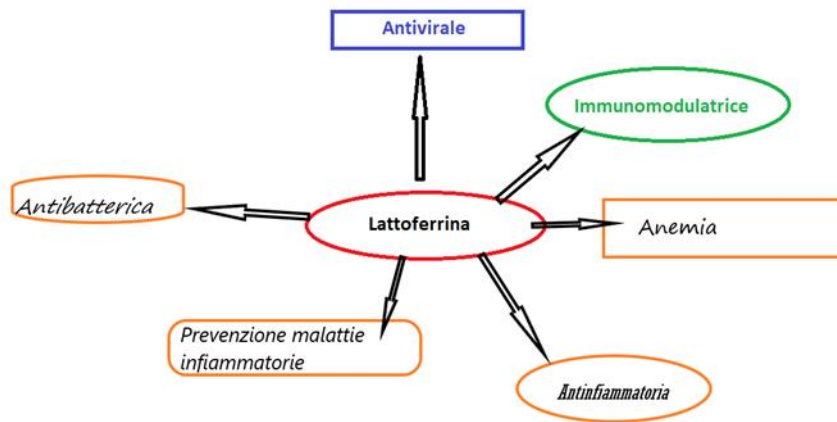


Figura 1 Riassunto proprietà LF proprietà Dr Paolo Milan

la Lattoferrina fa parte della famiglia delle transferrine, molecole in grado di trasportare il ferro ed ha un'azione importante nell'assorbimento del ferro a livello dell'intestino, è quindi utile nelle **anemie**, in particolare nelle donne in gravidanza migliorando l'assorbimento di questo minerale così importante per il feto.

Ma le sorprese non sono finite, questa molecola ha una importante azione antinfiammatoria ed immunomodulante, ovvero aiuta a regolare l'infiammazione che, è sì importante quando ci sono attacchi di microrganismi, ma che se perdura diventa debilitante e pericolosa per il nostro corpo.

La lattoferrina è in grado di agire sulle citochine infiammatorie modulandole. Inoltre riduce la presenza di radicali liberi, sostanze reattive che si producono a partire dall'ossigeno chiamati anche ROS. L'eccessiva produzione e accumulo di ROS è un denominatore comune di tossicità, essendo coinvolto nello sviluppo e nella progressione di oltre 100 malattie. L'organismo si difende con una serie di sistemi antiossidanti e fra queste molecole la lattoferrina gioca un ruolo importante come quello di proteggere i neuroni dai danni dell'invecchiamento, nel contrastare il deposito di grassi nel fegato (steatosi), nell'influenzare il

microbiota intestinale soprattutto nel neonato, nell'aiutare la salute delle ossa e contrastare l'osteoporosi.

Tutto questo rende la lattoferrina una sostanza interessante da sperimentare in numerose patologie, ci sono studi in cui è stata utilizzata per la cura di patologie dermatologiche quali la psoriasi e l'acne, anche se da sola non ha risolto la problematica ha comunque ridotto la sintomatologia e potrebbe essere un ingrediente di un piano terapeutico più complesso ed efficace. Altro campo d'azione potrebbe essere nell'eradicazione dell'*Helicobacter pylori*, un batterio associato a gastrite e pericoloso perché aumenta la possibilità di un tumore gastrico, spesso la terapia antibiotica dev'essere ripetuta per la resistenza di questo microbo, alcuni studi evidenziano che l'uso di Lattoferrina velocizza l'eradicazione. Anche in campo oncologico questa sostanza può avere una sua utilità, sia nella prevenzione, sia nella terapia (ovviamente non da sola ma in un piano terapeutico ad hoc fatto dai medici) poiché è in grado di stimolare i linfociti che attaccano il tumore. La sua azione antinfiammatoria e antiossidante aiuta a proteggere dai danni dell'invecchiamento proteggendo il DNA e i neuroni.

Una piccola molecola dalle moltissime proprietà quindi anche se il suo utilizzo va inserito nel giusto contesto di alimentazione, stile di vita, farmaci in uso e sinergia con altri integratori.

1. Campione, E.; Cosio, T.; Rosa, L.; Lanna, C.; Di Girolamo, S.; Gaziano, R.; Valenti, P.; Bianchi, L. *Lactoferrin as Protective Natural Barrier of Respiratory and Intestinal Mucosa against Coronavirus Infection and Inflammation*. Int. J. Mol. Sci. **2020**, *21*, 4903. <https://doi.org/10.3390/ijms21144903>.